AYMT004

DVD	début	thème	N° mvt	contenu	type	acteurs	traduction	image	son	lieu et date	couleur
AYMT004	00:00:12	duan 2	20	se tourner, taper trois fois avec la paume, saisir la queue du moineau, fermeture apparente	explications	WYN	Maryline	moyenne	bon	Annecy 86	verte
AYMT004	00:03:09	duan 2	21,22	pas en avant, cai, demi-fouet	explications	WYN	Maryline	moyenne	bon	Annecy 86	verte
AYMT004	00:03:23	duan 2	23	pousser la montagne dans la mer	explications	WYN	Maryline	moyenne	bon	Annecy 86	verte
AYMT004	00:04:29	duan 2	24	coude transversal	explications	WYN	Maryline	moyenne	bon	Annecy 86	verte
AYMT004	00:06:32	duan 2	25	frapper par-dessous le coude	explications	WYN	Maryline	moyenne	bon	Annecy 86	verte
AYMT004	00:07:45	duan 2	26	le singe bat en retraite	explications	WYN	Maryline	moyenne	bon	Annecy 86	verte
AYMT004	00:09:39	duan 2	27	faire un pas, lever le bras et et pousser la paume au coeur	explications	WYN	Maryline	moyenne	bon	Annecy 86	verte
AYMT004	00:11:15	duan 2	19	enfourcher le tigre et gravir la montagne	applications	WYN+Maryline	Maryline	moyenne	bon	Annecy 86	verte
AYMT004	00:12:43	duan 2	20	se tourner, taper trois fois avec la paume	applications	WYN+Maryline	Maryline	moyenne	bon	Annecy 86	verte
AYMT004	00:14:55	duan 2	23	pousser la montagne dans la mer	applications	WYN+Maryline	Maryline	moyenne	bon	Annecy 86	verte
AYMT004	00:16:39							illisible			
AYMT004	00:30:28	tui shou	5	esquiver en s'accroupissant sur la jambe	explications	WYN+Maryline	Maryline	moyenne	bon	Annecy 86	verte
AYMT004	00:31:09	tui shou	6	pousser d'une main selon un mouvement circulaire	explications	WYN+Maryline	Maryline	moyenne	bon	Annecy 86	verte
AYMT004	00:34:33							illisible			
AYMT004	00:34:44	tui shou	5	esquiver en s'accroupissant sur la jambe	explications	WYN+Maryline	Maryline	moyenne	bon	Annecy 86	verte
AYMT004	00:36:00	tui shou	6	pousser d'une main selon un mouvement circulaire	explications	WYN+Maryline	Maryline	moyenne	bon	Annecy 86	verte
AYMT004	00:37:21	tui shou	5	esquiver en s'accroupissant sur la jambe	explications	WYN+Maryline	Maryline	moyenne	bon	Annecy 86	verte
AYMT004	00:39:10	tui shou	7	parer en fléchissant la taille vers l'arrière	explications	WYN+Maryline	Maryline	moyenne	bon	Annecy 86	verte
AYMT004	00:41:51	tui shou	8	parer en fléchissant la taille vers l'avant	explications	WYN+Maryline	Maryline	moyenne	bon	Annecy 86	verte
AYMT004	00:44:11	tui shou	7	la troisième main, tout le corps peut être une main	explications	WYN+F.Béalet	Maryline	moyenne	bon	Annecy 86	verte
AYMT004	00:49:27	tui shou		absence de crainte et de force	explications	WYN+Maryline	Maryline	moyenne	bon	Annecy 86	verte
AYMT004	00:50:32	tui shou		absence de crainte et de force	explications	WYN+D. Fontaine	Maryline	moyenne	bon	Annecy 86	verte
AYMT004	00:54:22	tui shou	7,8	fajing	explications	WYN+Maryline	Maryline	moyenne	bon	Annecy 86	verte
AYMT004	00:57:05	duan 2	31	frapper au coeur	applications	WYN+Luc	Maryline	moyenne	bon	Annecy 86	verte
AYMT004	00:58:37	duan 2	34	soulever le rideau de bambou	applications	WYN+Luc	Maryline	moyenne	bon	Annecy 86	verte
AYMT004	00:59:57	duan 2	35	chercher l'aiguille au fond de la mer	applications	WYN+Luc	Maryline	moyenne	bon	Annecy 86	verte
AYMT004	01:02:07	duan 2	36	le dragon vert surgit des eaux	applications	WYN+Luc	Maryline	moyenne	bon	Annecy 86	verte
AYMT004	01:03:29	duan 2	37	se tourner, se rejeter sur le côté et frapper	applications	WYN+Luc	Maryline	moyenne	bon	Annecy 86	verte
AYMT004	01:08:55	duan 2		la chorégraphie et l'opportunité dans l'utilisation	applications	WYN+Luc	Maryline	moyenne	bon	Annecy 86	verte
AYMT004	01:13:07	duan 2	41	les mains ondulent comme les nuages	applications	WYN+Luc	Maryline	moyenne	bon	Annecy 86	verte
AYMT004	01:20:07	duan 2		plusieurs applications dans un mouvement	explications	WYN	Maryline	moyenne	bon	Annecy 86	verte
AYMT004	01:21:07	duan 2	41	travail de la taille et des mains dans les nuages	explications	WYN	Maryline	moyenne	bon	Annecy 86	verte
AYMT004	01:25:17	duan 2		position du bassin	explications	WYN	Maryline	moyenne	bon	Annecy 86	verte
AYMT004	01:25:47	duan 2		relaxation	explications	WYN	Maryline	moyenne	bon	Annecy 86	verte
AYMT004	01:27:42	duan 2		décontraction, intention, respiration	explications	WYN	Maryline	moyenne	bon	Annecy 86	verte
AYMT004	01:28:39	duan 2		importance des racines, haut et bas	explications	WYN	Maryline	moyenne	bon	Annecy 86	verte
AYMT004	01:30:47	duan 2	43,44	reculer d'un pas, caresser l'encolure du cheval, pousser, cai, se baisser, séparer les pieds	explications	WYN	Maryline	moyenne	bon	Annecy 86	verte
AYMT004	01:36:47	duan 2	45	pivoter et donner un coup de talon	explications	WYN	Maryline	moyenne	bon	Annecy 86	verte
AYMT004	01:38:07	duan 2	46	ramasser le genou	explications	WYN	Maryline	moyenne	bon	Annecy 86	verte
AYMT004	01:38:17	duan 2	47	faire un pas, ramasser le genou et frapper l'entrejambe	explications	WYN	Maryline	moyenne	bon	Annecy 86	verte
AYMT004	01:39:09	tui shou	9	peng,lü	explications	WYN+Maryline	Maryline	moyenne	bon	Annecy 86	verte
AYMT004	01:40:30	tui shou	10	libérer l'energie jin avec ji	explications	WYN+Maryline	Maryline	moyenne	bon	Annecy 86	verte
AYMT004	01:44:17	tui shou	12	pousser des deux mains selon un mouvement circulaire vertical	explications	WYN+Maryline	Maryline	moyenne	bon	Annecy 86	verte
AYMT004	01:50:34	duan 2	47	faire un pas, ramasser le genou et frapper l'entrejambe	montré	WYN	-	moyenne	mauvais	Annecy 86	verte
AYMT004	01:51:57	duan 2	48	tourner, se baisser, faire levier	montré	WYN	-	moyenne	mauvais	Annecy 86	verte
AYMT004	01:52:37	duan 2	48	tourner, se baisser, faire levier	applications	WYN+?	-	moyenne	mauvais	Annecy 86	verte
AYMT004	01:54:27	duan 2	49	avancer, faire levier	montré	WYN	-	moyenne	mauvais	Annecy 86	verte
AYMT004	01:54:38	duan 2	50	frapper par-dessous le coude	montré	WYN	-	moyenne	mauvais	Annecy 86	verte
AYMT004	01:55:27	duan 2	51	donner un coup de talon	montré	WYN	-	moyenne	mauvais	Annecy 86	verte
AYMT004	01:55:42	duan 2	52	tourner, caresser le dos du cheval	montré	WYN	-	moyenne	mauvais	Annecy 86	verte
AYMT004	01:56:02	duan 2	53	se baisser et frapper le tigre	montré	WYN	-	moyenne	mauvais	Annecy 86	verte
AYMT004	01:56:30	tui shou	11	ji et ses transformations	explications	WYN+Maryline	Maryline	moyenne	bon	Annecy 86	verte
AYMT004	02:01:47	tui shou	12	avec déplacement	explications	WYN+Maryline	Maryline	moyenne	bon	Annecy 86	verte
AYMT004	02:04:01	tui shou	12	avec déplacement	explications	WYN+Luc	Maryline	moyenne	bon	Annecy 86	verte
AYMT004	02:04:57	exercices base	2,3	plier la taille sur le côté, sur la jambe tendue	pratique	WYN+groupe	-	bonne	bon	Annecy 86	verte
AYMT004	02:10:29	duan 1		saisir la queue du moineau à fin	pratique	WYN	-	bonne	bon	Annecy 86	verte
AYMT004	02:20:11	duan 2	45 à 56	pivoter et donner un coup de talon jusqu'à le double vent perce les oreilles	pratique	WYN+groupe	-	moyenne	bon	Annecy 86	verte
AYMT004	02:24:02							illisible			
AYMT004	02:24:27	duan 2	59,60,61,62	Avancer, cycle Yin Yang de coups de pied jusqu'à la fin	pratique	WYN+groupe	-	moyenne	bon	Annecy 86	verte
AYMT004	02:26:42	duan 2	56	le double vent perce les oreilles	explications	WYN	Maryline	moyenne	bon	Annecy 86	verte
AYMT004	02:27:49	duan 2	57	lü, se tourner, donner un coup de talon	explications	WYN	Maryline	moyenne	bon	Annecy 86	verte
AYMT004	02:28:18	duan 2	58	tourner à droite et terrasser le tigre	explications	WYN	Maryline	moyenne	bon	Annecy 86	verte
AYMT004	02:29:08	duan 2	59	Avancer, cycle Yin Yang de coups de pied	explications	WYN	Maryline	moyenne	bon	Annecy 86	verte
AYMT004	02:30:32	duan 2	60	peng, frapper, fermeture apparente	explications	WYN	Maryline	moyenne	bon	Annecy 86	verte
AYMT004	02:32:32	ambiance		arrangement photo de groupe	ambiance	groupe		moyenne	bon	Annecy 86	verte
AYMT004	02:33:30	duan 1		duan 1 entier, groupe conduit par WYN	pratique	WYN+groupe		mauvaise	mauvais	Cluny 86	rouge
AYMT004	02:44:42	fin									